Conseil général du Lot

La propreté chez l'enfant de 0 à 6 ans



Le Conseil général,
plus proche de vous,
plus solidaire.



La propreté, cela ne s'apprend pas !

Maman, je vais certainement te surprendre, la propreté c'est comme la marche : **ça ne s'apprend pas**. Par contre, ce que tu peux faire pour moi, c'est me mettre dans les **meilleures conditions** pour que j'acquière de moi-même, le moment venu, la possibilité et le désir de contrôler mes « sphincters ».

Et pour cela, **il faut que je sois prêt** physiquement et psychologiquement. Là, comme dans tout mon développement, je vais suivre mon propre rythme. C'est pourquoi il est parfaitement inutile et peut-être même ennuyeux que tu manifestes à ce sujet impatience et inquiétude.

Après de nombreux moments de changes et d'attentions parentales autour de l'élimination des selles et des urines, votre enfant va pouvoir prendre en charge lui-même le contrôle de ses sphincters.

L'enfant découvre son corps et le contrôle de celui-ci.

Conscients de pouvoir maîtriser ces sensations, les enfants vont en jouer comme ils jouent avec toute nouvelle découverte, jouer à retenir, jouer à expulser.



Peut-être n'as-tu simplement jamais pensé que j'étais sensible au lieu, à la manière dont tu me changes et que ce n'est pas seulement la qualité de ces soins qui me donne du bien-être, mais aussi les rires, sourires et « conversations » que nous échangeons à ce moment-là.

Y a-t-il un bon moment ?



Ce n'est pas parce que Léo est prêt que Clara doit l'être !

Tout petit l'enfant se connaît, ressent et s'exprime.

On n'apprend pas à un enfant à devenir propre, on l'accompagne dans son cheminement vers la propreté.

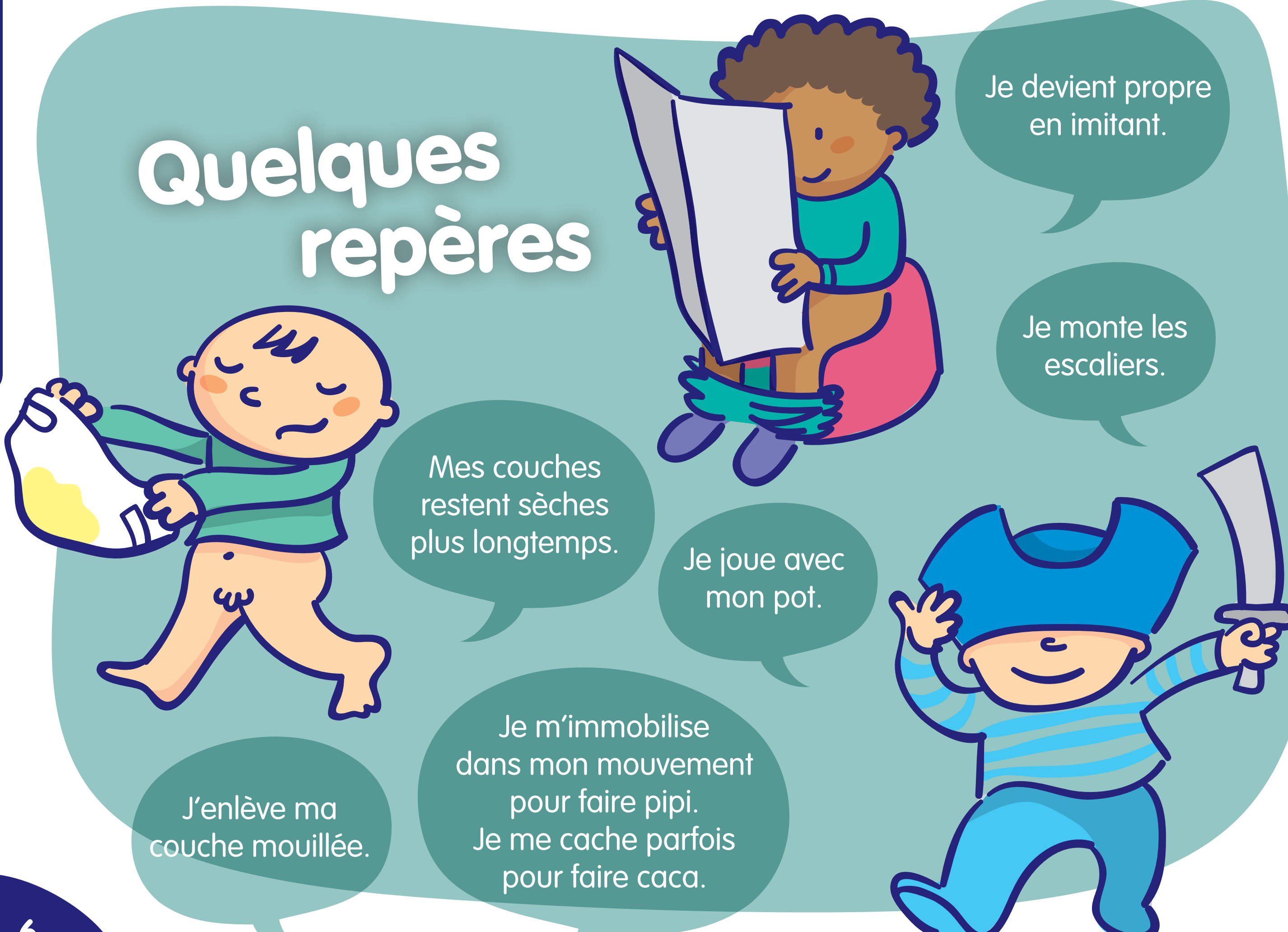
Cette acquisition n'est pas un évènement isolé de la vie d'un enfant, ce n'est qu'une étape de son développement.

Ce n'est pas une question de volonté mais de capacité.

L'enfant doit être capable d'une bonne coordination motrice de l'ensemble de son corps : par exemple, monter un escalier debout sans aide (c'est-à-dire entre 18 et 20 mois).

Il faut qu'il ait des muscles forts, qu'il ait acquis un équilibre suffisant, et qu'il en ait envie.

Quelques repères



Comment faire ?

Proposer le pot, ou directement les toilettes (mettre si nécessaire un réducteur).

Le pot doit rester si possible dans la salle de bain, les toilettes.

Le salon n'est pas un lieu où l'on trône.

Choisir des vêtements appropriés pour répondre rapidement aux besoins de l'enfant.

Observer l'enfant, proposer le pot régulièrement et à bon escient.

Tous dans le même sens



Il est important que les différentes personnes qui s'occupent de l'enfant, (parents, grands-parents, assistantes maternelles, crèche…) échangent et se concertent afin d'assurer une continuité dans la marche à suivre.

C'est l'âge de l'opposition d'où l'intérêt de bien se coordonner pour préserver le sentiment de sécurité.





On sait que l'enfant peut avoir un comportement différent avec ses parents ou avec les personnes qui l'accueillent.

L'enfant a le droit d'avoir un rythme différent chez lui ou à l'extérieur (les enjeux ne sont pas les mêmes).

L'enfant sait qu'il peut en jouer.



Un professionnel de PMI peut vous aider et vous guider pour franchir cette étape, n'hésitez pas à lui demander conseil.

À ne pas dire à ne pas faire ?

Pas d'excès dans les réactions positives.



Si j'ai fait dans le pot, souris-moi, complimente-moi, pour manifester ton intérêt. Mais attention pas d'extase ce n'est pas un exploit. Ne me laisse pas croire que c'est le plus grand événement au monde, que c'est vital pour toi.

Éviter le chantage affectif : « Fais dans le pot pour me faire plaisir ! ».

Pas de punition : ne pas laisser l'enfant avec une culotte sale.



Ne m'impose pas d'horaires : Essaie de m'épargner des séances de pot interminables à heure fixe qui nous compliquent la vie. Une ou deux fois par jour pendant quelques minutes. C'est bien suffisant pour que je devine ce que tu attends de moi.

Éviter de faire coïncider avec des évènements importants (arrivée d'un bébé, déménagement, rupture) à moins que l'enfant le veuille.

Ne pas donner de fessées.

Ne pas le harceler, le forcer à aller sur les toilettes, ne pas le réprimander, le punir ni lui crier dessus.

Éviter les menaces : « Si tu ne fais pas dans le pot, pas de promenade » (ou autre privation), « Si tu ne fais dans le pot, tu ne pourras pas aller à l'école » (cela tombe bien, il préfère rester avec maman ou son assistante maternelle).

Énurésie : «pipi au lit»

L'âge habituel d'acquisition complète de la propreté est de 5-6 ans. Au-delà, il est légitime de se poser certaines questions.

J'ai 6 ans, je fais pipi au lit : est-ce normal ? Faut-il attendre que ça passe ou faut-il faire quelque chose ? comment m'aider à devenir propre la nuit ?

On peut distinguer deux types d'énurésie :

> l'enfant n'a jamais été propre la nuit,

> l'enfant est propre la nuit depuis au moins 6 mois et il refait pipi au lit.



Un événement a pu me bouleverser (nouvelle naissance ou autre événement familial (séparation, décès, problème scolaire, décès d'un animal…).

Petits conseils pratiques

Il est important de me rassurer, de me déculpabiliser et de dédramatiser la situation.

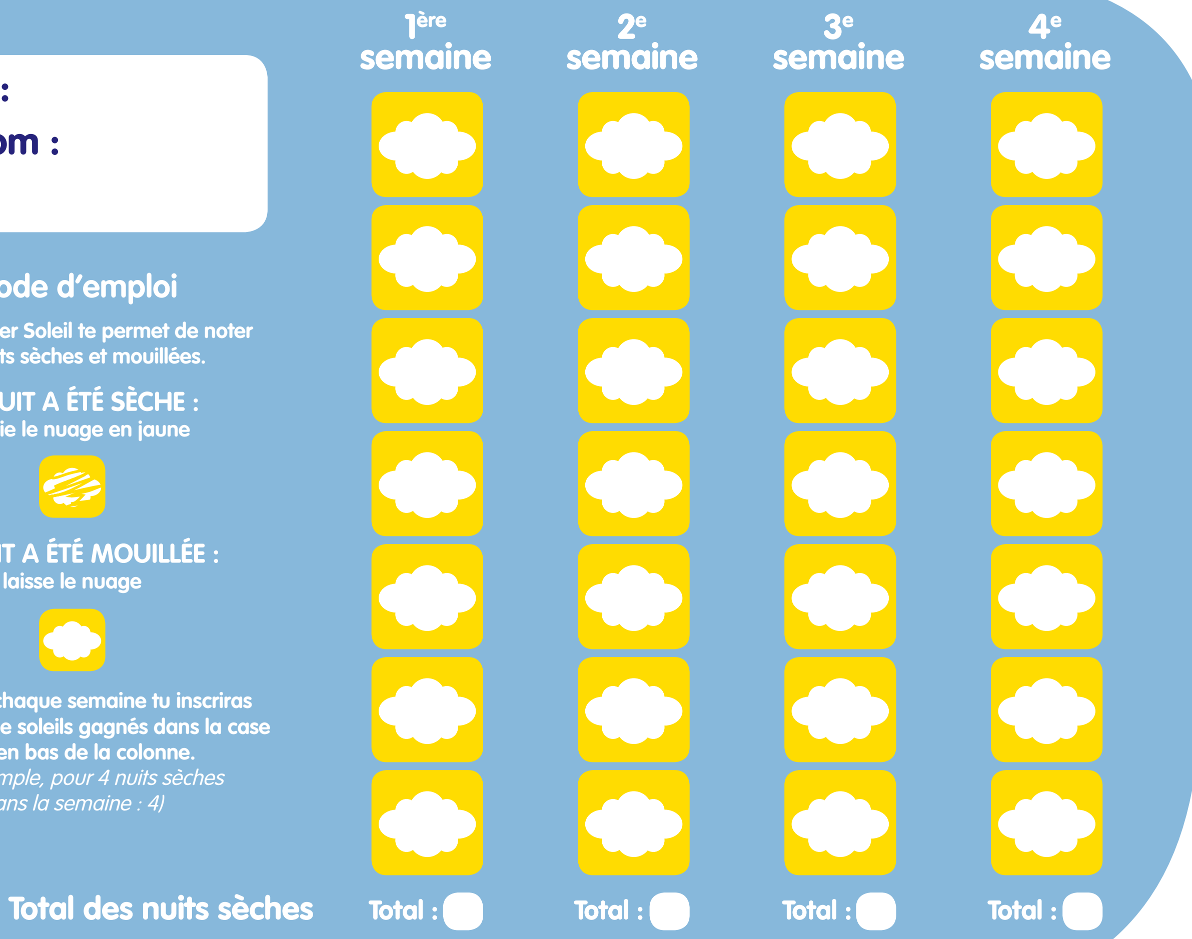
> Adaptez-vous au rythme d'acquisition de la propreté de votre enfant,

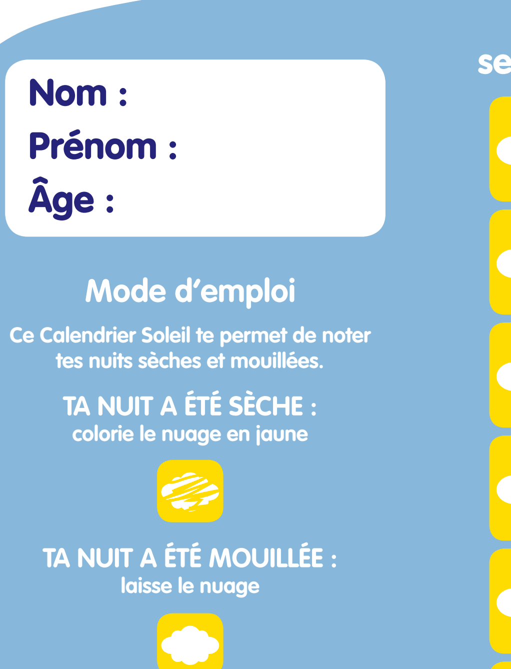
> Contrôlez ses boissons :
- diminuez les quantités après 18 heures,
- évitez le rituel du verre d'eau ou autre boisson avant le coucher.

> Responsabilisez votre enfant avec de bonnes habitudes :
- faire pipi avant de se coucher,
- apprenez-lui à se lever pour aller seul aux toilettes.

> Impliquez votre enfant :
- ne le laissez pas dans son pyjama ou drap sale,
- utilisez un calendrier nuit sèche (voir page 14),
- négociez avec lui de renoncer aux couches la nuit.

Si l'énurésie persiste, n'hésitez pas à en parler à un professionnel de santé.





Bibliographie de livres pour enfants

« **Tout le monde y va** »,
Émile Jadoul, Casterman, Collection "À la queue leu leu"

« **Sur le pot** »,
Mariane Bogardt, Albin Michel, Collection "livre animé"

« **Sur le pot comme un grand** »,
Bernette Ford, Albin Michel jeunesse

« **Pas de pot Léo** »,
Alain Chiche, L'école des loisirs, Collection "Loulou et compagnie"

Les centres de protection maternelle et infantile (PMI) du Conseil général du Lot

PMI CAHORS
Centre médico-social
92, rue Joachim Murat - 46000 CAHORS
Tél. 05 65 53 50 00

PMI GOURDON-BOURIANE
Centre médico-social
Place Chapou - 46300 GOURDON
Tél. 05 65 53 47 00

PMI PUY-L'ÉVÊQUE
Centre médico-social
1 rue du docteur Delbreil - 46700 PUY-L'ÉVÊQUE
Tél. 05 65 53 51 20

PMI SAINT-GÉRY
Centre médico-social
Place de la Gare - 46330 SAINT-GÉRY
Tél. 05 65 53 47 70

PMI FIGEAC
Centre médico-social
Place du 12 mai 1944 - 46100 FIGEAC
Tél. 05 65 53 48 00

PMI GRAMAT
Centre médico-social
18, rue du Faubourg St-Pierre - 46500 GRAMAT
Tél. 05 65 53 47 50

PMI SAINT-CÉRÉ
Centre médico-social
284 rue Robert Destic - 46400 SAINT-CÉRÉ
Tél. 05 65 53 46 20

PMI SOUILLAC
Centre médico-social
Avenue Martin-Malvy - 46200 SOUILLAC
Tél. 05 65 53 47 30

jérômesoleilgraphiste

Ce livret a été conçu par le service de PMI du Conseil général du Lot.